

食育ニュース

11月21日(木)

飯椀

アップルクラッシュゼリー

ぎゅうにゅう
牛乳

ボイルキャベツ

深皿

平皿

マカロニスープ

ミルクパン

ビーンズコロック

ソースをかけましょう。

今日は、自分でパンにコロックとキャベツを挟んで食べる**セルフバーガー**です。自由なスタイルで食べてください。コロックには、**2種類の豆**が使われています。一つは、**ひよこ豆**。もう一つは、**レンズ豆**です。ひよこ豆は、**18日のドライカレー**に使われていた豆です。やわらかくゆでて刻み、じゃがいもと一緒に**ホクホクとした食感**にしています。レンズ豆は、その名の通り**レンズのような形のオレンジ色の豆**です。これは、つぶつぶとした食感を楽しめるようさっとゆでて具材と炒めてあります。コロックでおいしく、**栄養価の高い豆**を摂り入れましょう。



レンズ豆(皮なし)

給食室の様子



ゼリーには「星形」の「米粉マカロニ」を入れました！今日はゆですぎで、形がくずれてしまいました。ごめんなさい。
お米でできているので、モチモチとしておいしいですよ♪



じゃがいもを蒸して、つぶす作業は重労働です。

